

# COURCELLES LES LENS SALLE COUTURE (ALSH) T 14

## Du 09/03/2026 au 13/03/2026

Menu tradition

Lundi

**Carottes Bio** râpées  - Vinaigrette  
 Sauté de **poulet**   - Sauce au Maroilles AOP   
 /Quenelles natures - Sauce au Maroilles AOP   
**Haricots verts Bio** persillés   
**Pommes de terre BIO** vapeur   
**Crème dessert chocolat au lait** de la Ferme des Anneaux   
 \*

Mardi

Velouté d'**endives** de la ferme du Mélantois (59)    
 Filet de limande MSC - Sauce curry, carottes  
**Riz Bio** Pilaf   
 Pomme HVE   
 \*

Mercredi

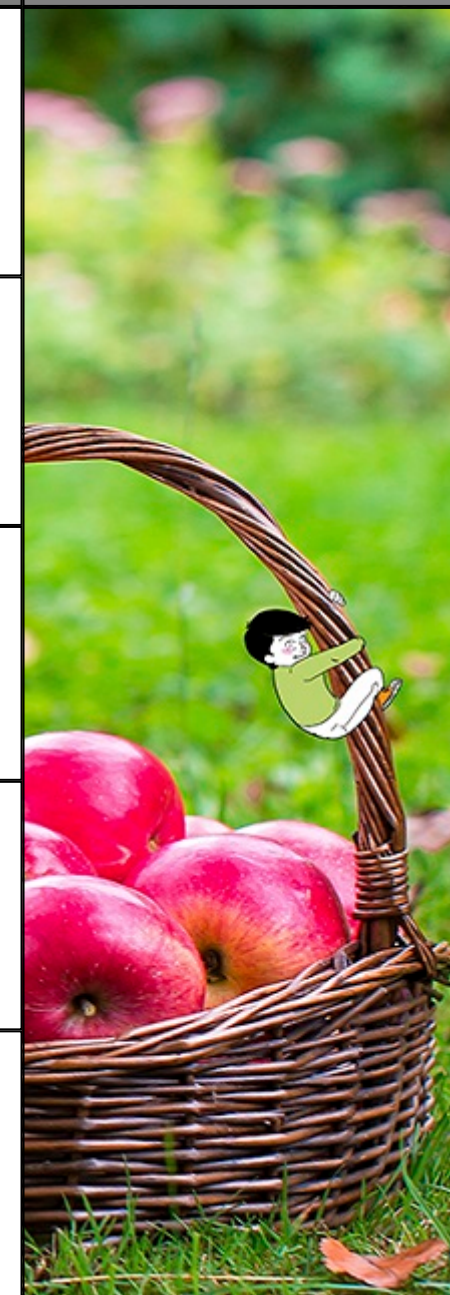
Crêpe au fromage  
 Rôti de porc issu de porc Label Rouge   - Sauce aux oignons  
 /Marmite de poisson MSC  - Sauce aux oignons  
 Brocolis persillés  
**Boulgour Bio**   
**Compote pomme Bio**   
 \*

Jeudi

Soupe de pois cassés   
**Omelette Bio** à l'**emmental Bio**    
 Pommes de terre cubes rissolées  
 Sauce ketchup  
 Yaourt aromatisé  
 \*

Vendredi

Pizza au fromage ( **farine Bio** )    
 Bolognaise de **boeuf**    
 /Bolognaise de **lentilles Bio**   
**Spaghetti Bio**   
**emmental Bio** râpé   
**Kiwi Bio**   
 \*



COURCELLES LES LENS SALLE COUTURE (ALSH) T 14  
Le 09/03/2026

| Plats                                                  | Ingrédients                                                                                     | Allergènes           |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| *                                                      | Eau                                                                                             |                      |
| Carottes Bio râpées                                    | Carotte                                                                                         |                      |
| Crème dessert chocolat au lait de la Ferme des Anneaux | Crème dessert                                                                                   | Lait                 |
| Haricots verts Bio persillés                           | Haricot vert, Persil, Sel fin, Oignon, Huile, Eau                                               |                      |
| Pommes de terre BIO vapeur                             | Sel fin, Pomme de terre                                                                         |                      |
| Quenelles natures                                      | Quenelle                                                                                        | Gluten, Lait, Oeufs  |
| Sauce au Maroilles AOP                                 | Farine de blé, Huile, Sel fin, Poivre blanc, Maroilles, Crème fraîche, Fond brun, Eau           | Gluten, Lait         |
| Sauce au Maroilles AOP                                 | Farine de blé, Huile, Sel fin, Poivre blanc, Maroilles, Crème fraîche, Eau, Bouillon de légumes | Céleri, Gluten, Lait |
| Sauté de poulet                                        | Sauté de poulet                                                                                 |                      |
| Vinaigrette                                            | Huile, Sel fin, Moutarde, Vinaigre de vin, Eau                                                  | Moutarde, Sulfites   |

COURCELLES LES LENS SALLE COUTURE (ALSH) T 14  
Le 10/03/2026

| Plats                                           | Ingrédients                                                                              | Allergènes       |
|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| *                                               | Eau                                                                                      |                  |
| Filet de limande MSC                            | Limande                                                                                  | Poissons         |
| Pomme HVE                                       | Pomme                                                                                    |                  |
| Riz Bio Pilaf                                   | Oignon, Sel fin, Riz long, Huile, Eau                                                    |                  |
| Sauce curry, carottes                           | Eau, Bouillon de légumes, Curry, Farine de blé, Margarine, Tomate, Carotte, Sel gros     | Gluten, Moutarde |
| Velouté d'endives de la ferme du Mélantois (59) | Sucre cristal, Bouillon de légumes, Purée PDT flocon, Oignon, Lait de vache, Eau, Endive | Lait, Sulfites   |

COURCELLES LES LENS SALLE COUTURE (ALSH) T 14  
Le 11/03/2026

| Plats                                 | Ingrédients                                                                                              | Allergènes             |
|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| *                                     | Eau                                                                                                      |                        |
| Boulgour Bio                          | Sel fin, Huile, Boulgour                                                                                 | Gluten                 |
| Brocolis persillés                    | Sel fin, Persil, Oignon, Brocoli, Eau, Huile                                                             |                        |
| Compote pomme Bio                     | Compote                                                                                                  |                        |
| Crêpe au fromage                      | Crêpe salée garnie                                                                                       | Gluten, Lait, Oeufs    |
| Marmite de poisson MSC                | Oignon, Champignon de Paris, Fumet de poisson, Colin d'Alaska, Huile, Farine de blé, Lait en poudre, Eau | Gluten, Lait, Poissons |
| Rôti de porc issu de porc Label Rouge | Rôti de porc                                                                                             |                        |

| Plats             | Ingrédients                                                                | Allergènes       |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------|------------------|
| Sauce aux oignons | Oignon, Sel fin, Farine de blé, Fond brun, Huile, Eau, Poivre blanc        | Gluten           |
| Sauce aux oignons | Oignon, Farine de blé, Fumet de poisson, Huile, Eau, Sel fin, Poivre blanc | Gluten, Poissons |

**COURCELLES LES LENS SALLE COUTURE (ALSH) T 14**  
**Le 12/03/2026**

| Plats                           | Ingrédients                                                                | Allergènes     |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------|
| *                               | Eau                                                                        |                |
| Omelette Bio à l'emmental Bio   | Emmental, Oeuf liquide entier, Eau, Lait en poudre                         | Lait, Oeufs    |
| Pommes de terre cubes rissolées | Pommes rissolées                                                           |                |
| Sauce ketchup                   | Ketchup                                                                    |                |
| Soupe de pois cassés            | Sel fin, Ail, Purée PDT flocon, Poireau, Carotte, Oignon, Pois cassés, Eau | Lait, Sulfites |
| Yaourt aromatisé                | Yaourt aromatisé                                                           | Lait           |

**COURCELLES LES LENS SALLE COUTURE (ALSH) T 14**  
**Le 13/03/2026**

| Plats                           | Ingrédients                                                                                                                                                                                                     | Allergènes       |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| *                               | Eau                                                                                                                                                                                                             |                  |
| Bolognaise de boeuf             | Eau, Ail, Bouillon de volaille, Carotte, Oignon, Margarine, Farine de blé, Tomate, Sucre cristal, Tomate, Boeuf Haché                                                                                           | Gluten, Sulfites |
| Bolognaise de lentilles Bio     | Tomate, Ail, Lentille verte, Carotte, Oignon, Huile, Sucre semoule, Sel fin, Origan/Marjolaine                                                                                                                  | Céleri           |
| Kiwi Bio                        | Kiwi                                                                                                                                                                                                            |                  |
| Pizza au fromage ( farine Bio ) | Sel fin, Herbes de provence, Huile, Oignon, Fromage, Eau, Levure de boulangerie fraîche, Farine de blé, Eau, Basilic, Bouillon de légumes, Carotte, Oignon, Origan/Marjolaine, Farine de blé, Margarine, Tomate | Gluten, Lait     |
| Spaghetti Bio                   | Sel fin, Huile, Spaghettis                                                                                                                                                                                      | Gluten           |
| emmental Bio râpé               | Emmental                                                                                                                                                                                                        | Lait             |